

COMPROMISO
Asturias XXI



"¿Y ahora qué? Decisiones importantes para tu futuro profesional"

CAXXI
Sala Polivalente FADE
22/Enero
17-18:30h

PROGRAMA MENTORING # PÍLDORA N° 4



Juan Carlos Fdez Cuesta
JcfPro Sportech Digital

PATROCINA:



COLABORAN:



media
lab_



SOCIEDAD DE PROMOCIÓN EXTERIOR
PRINCIPADO DE ASTURIAS S.A.

Mentoring · Universidad de Oviedo · Compromiso Asturias XXI · FADE

Objetivo de la sesión

Formato (90 min)

1. Interacción continua
2. Ejercicios breves
3. Puesta en común
4. Cierre accionable

Estrategias para la toma de decisiones. 10 reflexiones para ayudar en este camino

- Decidir con estilo/criterio/estrategia
- No comprometerse a un solo camino: generar un plan ordenado
 - Plazos estratégicos: corto (0–6 meses) y medio (6–24 meses)
- **Acción en marcha**
 - Presentar 1 decisión provisional junto con 1 plan para 30 días



¿Quién soy y desde dónde os hablo?

Juan Carlos Fernández Cuesta

**Consultor senior en estrategia, tecnología y comunicación
JcfPro · SD Partners (Ex RTPA, ATOS, Mediapro, Secuoya)**

- **Más de 20 años de experiencia en proyectos de transformación digital, media, deporte y tecnología**
- **Trayectoria en comunicación en entornos nacionales e internacionales, combinando estrategia y ejecución**
- **Trabajo habitual con universidades, empresas, instituciones y organizaciones deportivas**
- **Especializado en ayudar a personas y organizaciones a tomar decisiones en contextos de cambio: no hay mejor improvisación que la que está prevista**

Compromiso Asturias XXI
Mentor



Activación inicial (interactiva)

Preguntas abiertas

¿Qué harás en 6 meses?

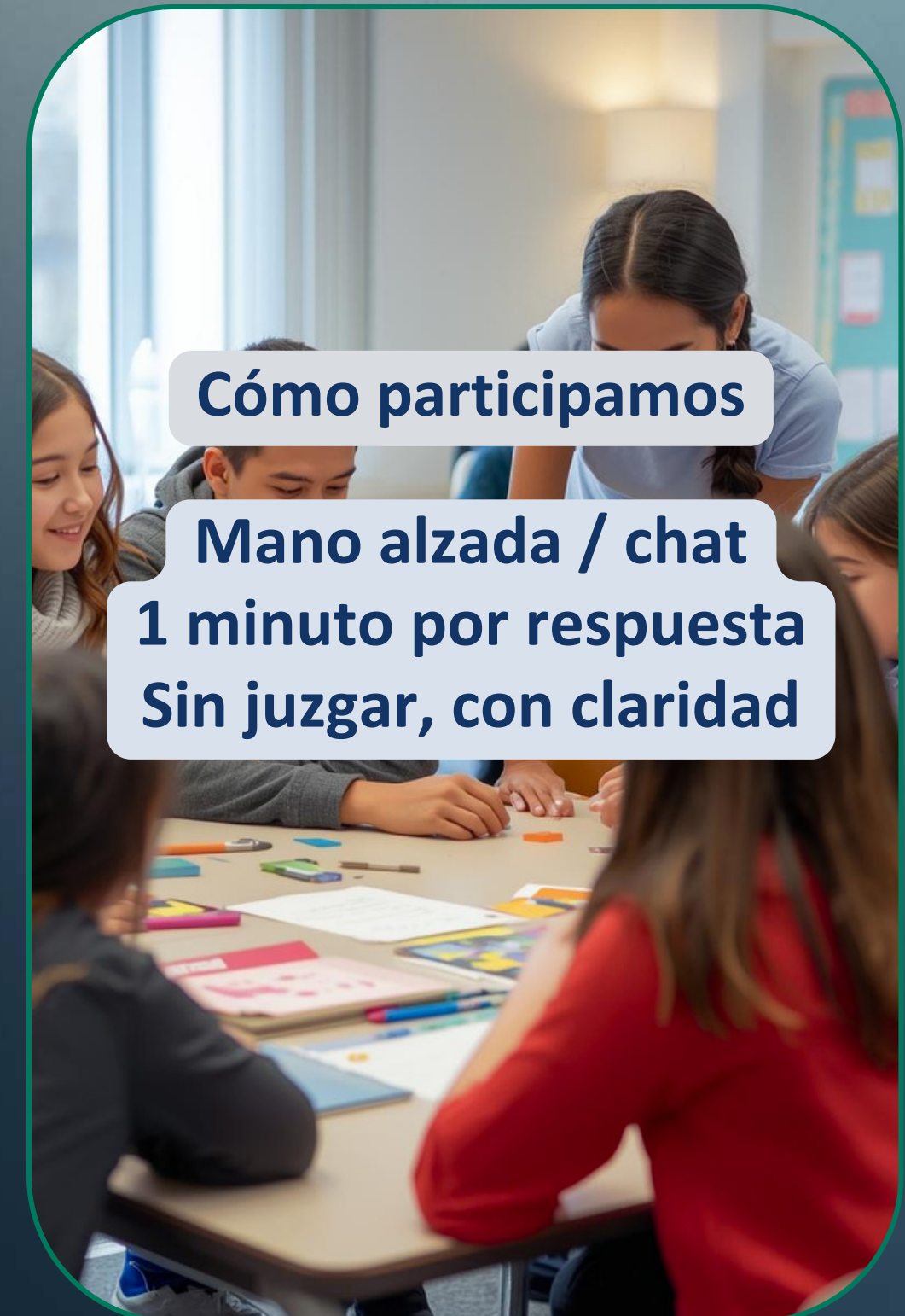
¿Qué te preocupa más ahora mismo?

Regla de juego

No buscamos respuestas perfectas, buscamos claridad y movimiento

Mensaje clave

La duda es una señal de madurez y de oportunidad



Cómo participamos

Mano alzada / chat

1 minuto por respuesta

Sin juzgar, con claridad

Reflexión 1.

La falsa narrativa del camino único

Carrera perfecta $\neq$ carrera real

La mayoría de trayectorias son no lineales

El mercado no es lineal

Cambia rápido: roles y sectores se redefinen

Decisiones > títulos

La empleabilidad se construye por evidencias



Reflexión 2.

El momento vital tras la graduación

Fin de la estructura académica

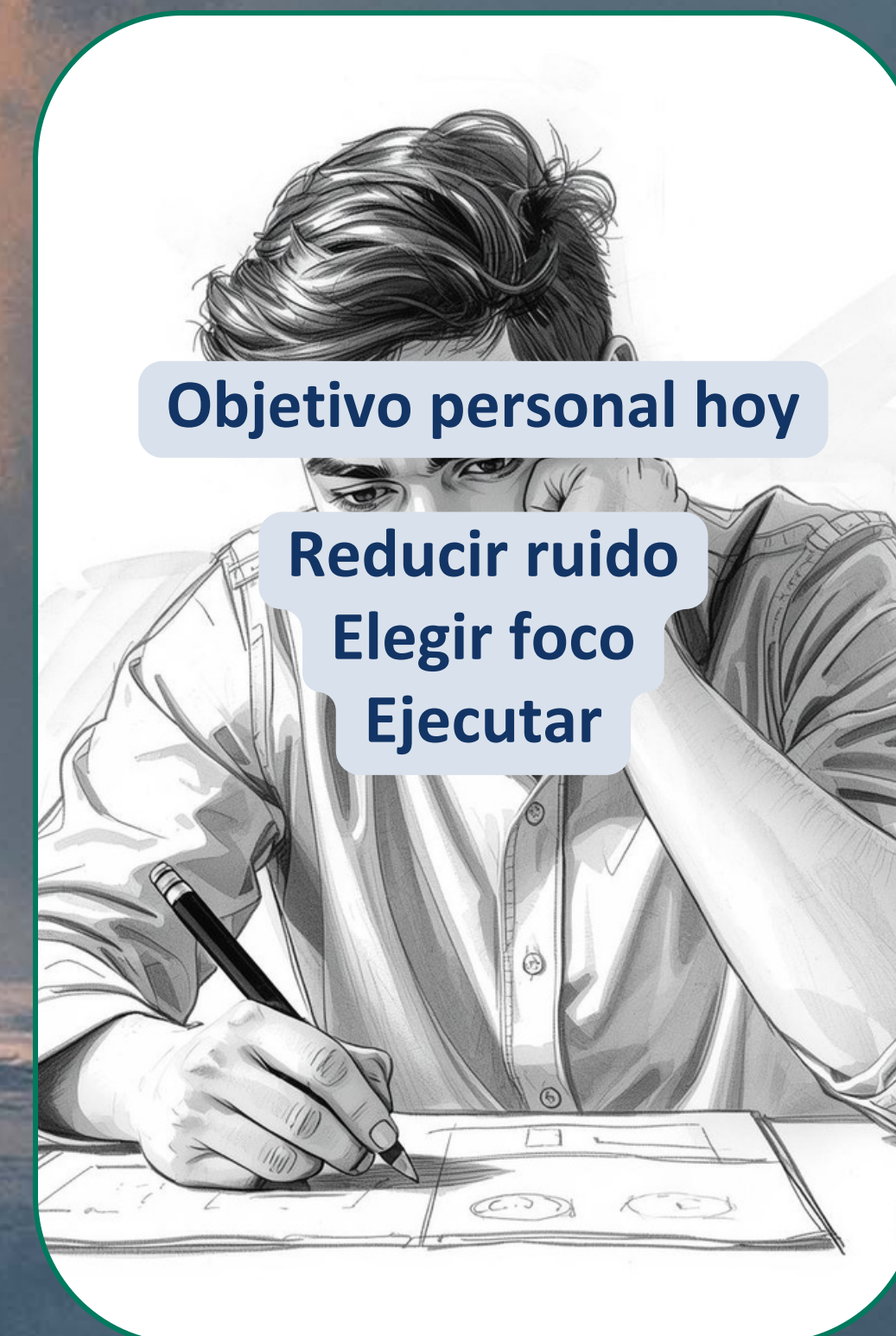
Menos guías externas, más autogestión

Decisiones sin guion

Elegir implica renunciaciones temporales

Más opciones... y más ruido

Comparación social, presión, miedo a perderme cosas



Reflexión 3.

Las grandes opciones tras graduarte

Formación

Máster (especialización) · Doctorado (investigación/academia)

Acceso estructurado

Oposiciones · becas · programas

Entrada al mercado

Prácticas · primer empleo · becarios

Construir camino

Voluntariado con propósito · emprendimiento



Reflexión 4.

Considera alternativas que actúen como palancas

Aprendizaje real

¿Qué aprenderás que no aprenderías en otro camino?

Exposición al mercado

Red, experiencia, señales en CV/LinkedIn

Riesgo / coste

Tiempo, dinero, energía, bienestar





Dinámica

Decidir sin autoengaño



Dinámica: decidir sin autoengaño

Paso 1

Elige tu opción principal actual

Paso 2

Puntúa 1–5: aprendizaje · mercado · riesgo

Paso 3

Escribe: ¿estrategia o miedo? (1 frase)



Reflexión 5.

Lo importante no es la opción, es el momento

Depende del contexto

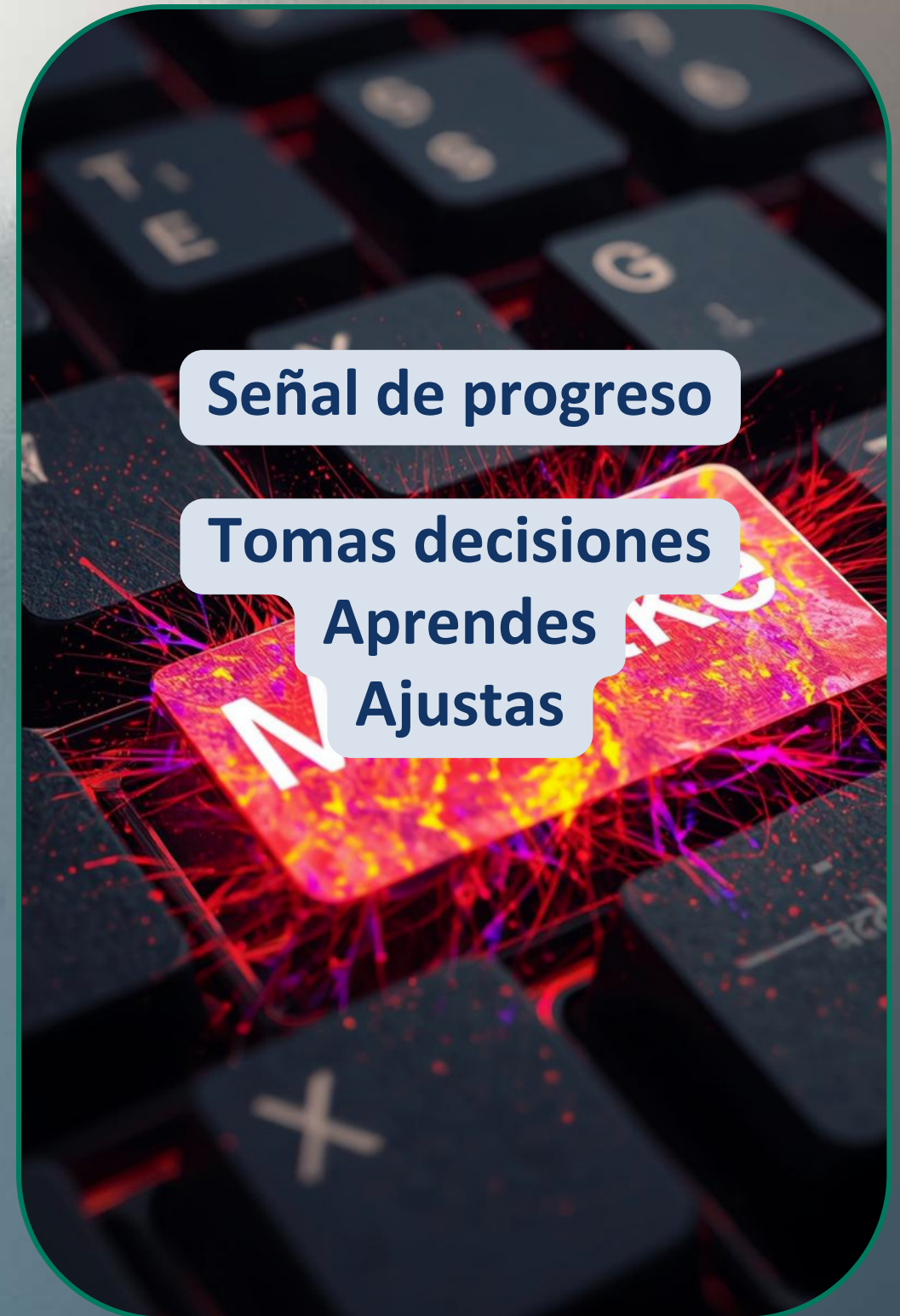
La misma elección puede ser buena o mala según tu situación personal o profesional

Error frecuente

Decidir por presión o por comparación

Clave

El problema no es equivocarse, es no decidir



Señal de progreso

Tomas decisiones

Aprendes

Ajustas

Reflexión 6.

Ubicación y carrera profesional

Principio

La ubicación es una decisión estratégica temporal

Variable 1

Velocidad de aprendizaje (exposición)

Variable 2

Red y oportunidades (ecosistema)

Variable 3

Coste vital (tiempo, vivienda, bienestar)



Quedarnos en casa: Asturias

Ventajas

Especialización, cercanía, calidad de vida

Dónde encaja

Primer foco, sectores locales, roles híbridos

Estrategia

Construir evidencias y red; abrir puertas externas



Dar un primer salto: Madrid/Barcelona...

Ventajas

Velocidad, exposición, más oportunidades iniciales

Coste

Competencia alta y coste vital más alto

Estrategia

Elegir 1–2 sectores y acelerar experiencia 12–24 meses



Dar el salto un poco más lejos: Internacional

Claves

Idiomas + actitud > títulos

Ventaja

Aprendizaje acelerado e incomodidad productiva

Estrategia

Preparación 90 días: idioma, CV, portafolio, red



Reflexión 7.

Idiomas: la realidad

Inglés funcional / Otros idiomas

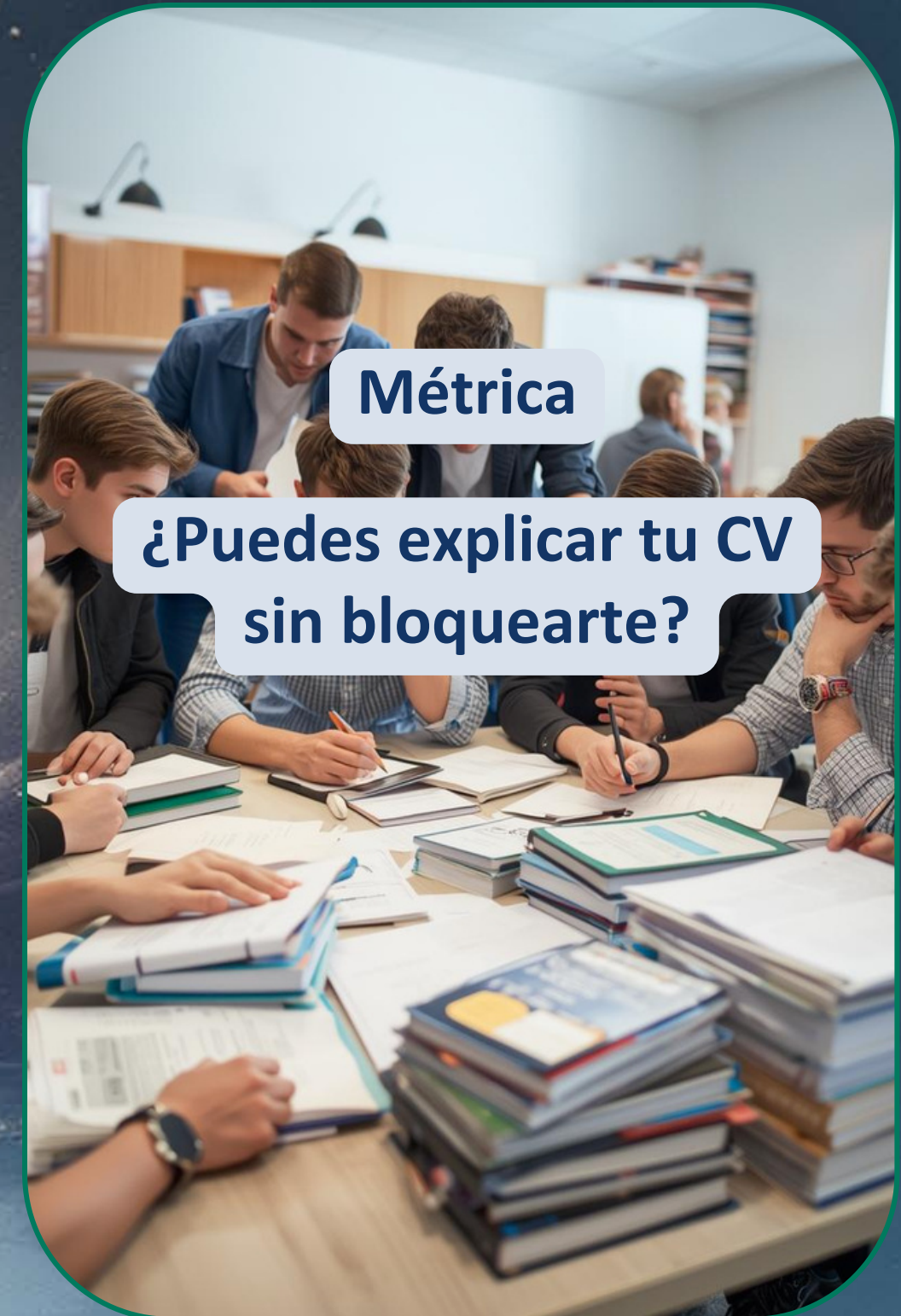
Para trabajar: reuniones, emails, documentación

Certificados

Útiles, pero no sustituyen uso real

Acción

Rutina de 30 min/día + práctica en contexto



Métrica

**¿Puedes explicar tu CV
sin bloquearte?**

Reflexión 8.

Competencias digitales

No es saber herramientas

Las herramientas cambian; el criterio permanece

Aprender rápido

Capacidad de aprender herramientas con autonomía

Pensamiento digital

Datos, procesos, IA básica, colaboración



Reflexión 9.

El mercado contrata capacidad demostrada

Proyectos > intenciones

Lo que has hecho pesa más que lo que quieres hacer

Evidencias > promesas

Portafolio, resultados, habilidades, referencias

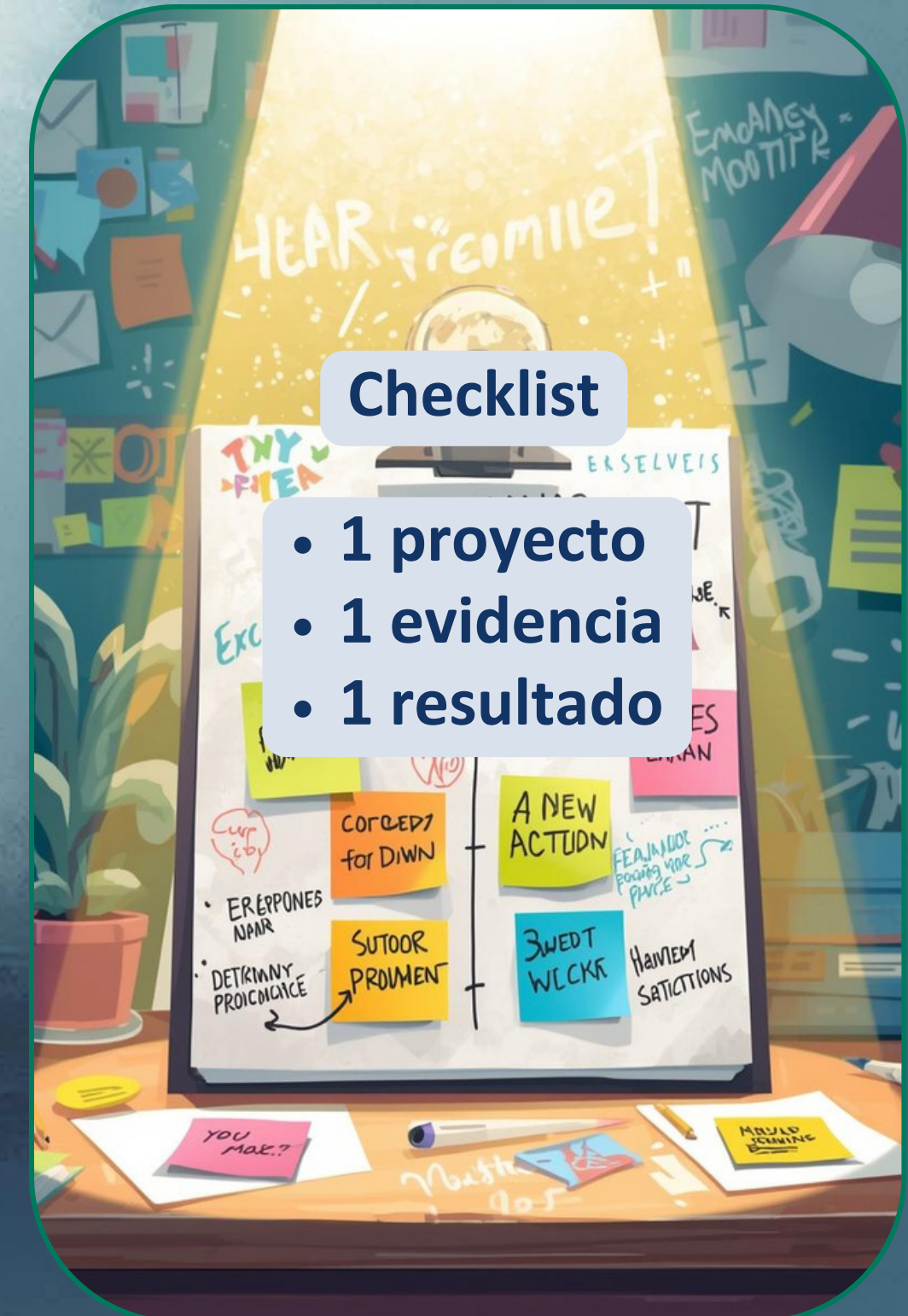
Regla

Si no puedes mostrarlo, el mercado no lo ve



Checklist

- **1 proyecto**
- **1 evidencia**
- **1 resultado**



Reflexión 10.

Herramientas para decidir mejor

LinkedIn Jobs

Leer ofertas: habilidades repetidas, salarios, ubicaciones

Informes sectoriales

Tendencias: qué crece, qué cae

Networking con criterio

Pedir contexto, no empleo

Proyectos propios

Laboratorio de aprendizaje

IA como copiloto

CV, preparación entrevistas, investigación



Práctica: DAFO personal

Para qué sirve

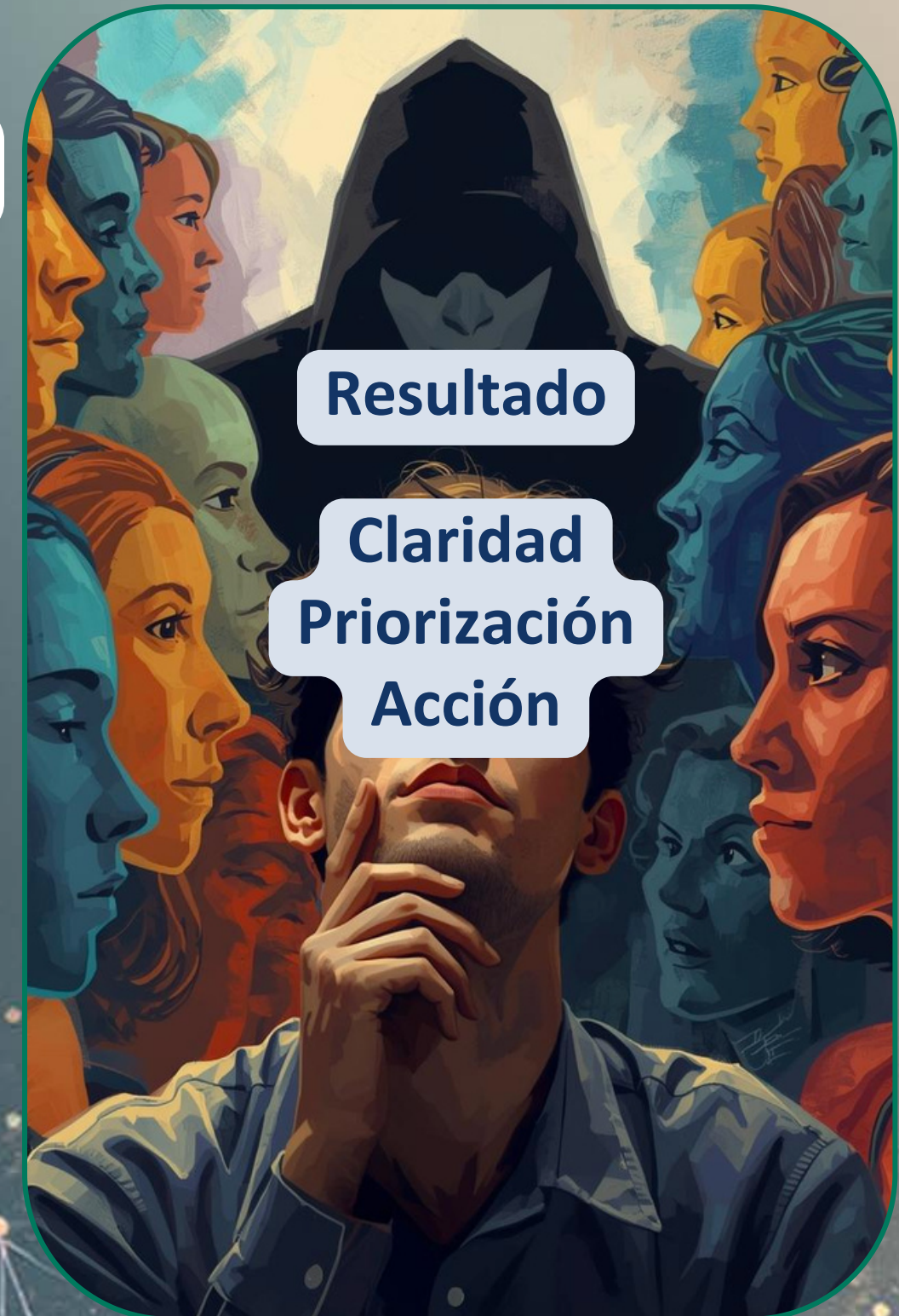
Aterrizar tu situación real y tomar decisiones informadas

Qué NO es

No es un test de personalidad; es una herramienta estratégica

Idea clave

El DAFO no describe quién eres, describe cómo decides



DAFO personal

DEBILIDADES Qué me limita hoy (idiomas, foco, experiencia)	AMENAZAS Riesgos reales: saturación, rigidez
FORTALEZAS Qué sé hacer hoy que alguien pagaría	OPORTUNIDADES Sectores, localizaciones, tendencias

Cómo usarlo (10 min)

1) Completa 1–2 ideas por cuadrante

2) Sé concreto

3) Prioriza: 1 fortaleza y 1 debilidad

4) Conecta con una decisión a corto plazo

DAFO colectivo (dinámica)

Construimos un DAFO común

En pizarra: 3 aportaciones por cuadrante

Qué buscamos

Patrones: lo repetido suele ser lo importante

Qué evitamos

Generalidades: buscamos ejemplos concretos

Facilitación

Planteamos ideas

Analizamos

Lo ajustamos juntos

DEBILIDADES	AMENAZAS	FORTALEZAS	OPORTUNIDADES
Idiomas, experiencia, indecisión	Localización, indefinición, mucha competencia	Organización, generaciones mejor formadas, energía, valores sociales elevados	Mercosur, globalización del mercado
Autosabotaje, escasa cultura laboral, hablar en público, falta de especialización	Estado actual del mercado, precio vivienda	Empatía, creatividad, comunicación, gestión,	Experiencias de usuario
Falta de contactos, procrastinación por miedo	Exceso de información	Autenticidad, adaptabilidad	IA, sostenibilidad, economía azul, negocio entorno a las mascotas

Qué nos dice el DAFO del grupo

No todos partimos igual

La estrategia se personaliza

Debilidades estructurales

No son “culpa tuya”; son palancas a trabajar

Mercado más rápido que planes

Actualiza tu propuesta de valor cada 6 meses



Pregunta abierta

Reflexión

¿Qué estarías dispuesto a sacrificar 2 años para ganar experiencia?

Opciones

Tiempo · dinero · comodidad · ciudad · sector

Cierre

Escribe tu respuesta en 1 frase (30 segundos)

Formato

Respuesta en 30 s

3 voluntarios

1 min cada uno



Ejercicio flash

Si mañana te despiden
¿Qué sabes hacer?

Oferta inmediata
¿Qué podrías ofrecer en LinkedIn en 48h?

Evidencia
Nombra 1 proyecto que lo demuestre

Objetivo

**Convertir habilidades
en propuesta**



El compromiso de 30 días (cierre)

1 decisión provisional

Qué harás primero: opción principal

1 carencia

Qué mejorarás: idioma, foco, experiencia, red...

1 acción concreta

Qué harás en 30 días (medible)

Ejemplo

“Aplicar a 15 ofertas
+ 2 cafés virtuales”



Resumen de un vistazo

1. **La falsa narrativa del camino único**
2. **El momento vital tras la graduación**
3. **Las grandes opciones tras graduarte**
4. **Considera alternativas que actúen como palancas**
5. **Lo importante no es la opción, es el momento**
6. **Ubicación y carrera profesional**
7. **Idiomas: la realidad**
8. **Competencias digitales**
9. **El mercado contrata capacidad demostrada**
10. **Herramientas para decidir mejor**

Mensaje final

Idea clave

No necesitas tener todo claro

Acción

Necesitas empezar a moverte con criterio

Graciasi



ENFOCA[®]
TU VIDA

PROGRAMA MENTORING

ORGANIZADO POR COMPROMISO ASTURIAS XXI

Recordatorio

**Decidir · Ejecutar ·
Ajustar**